



「けのび」の指導法に関する実証的研究

著者	中島 きよ
発行年	2018
学位授与大学	筑波大学 (University of Tsukuba)
学位授与年度	2018
報告番号	12102乙第2883号
URL	http://hdl.handle.net/2241/00153763

氏 名	中島きよ
学 位 の 種 類	博士（学術）
学 位 記 番 号	博乙第 2883 号
学位授与年月	平成 30年 5月 31日
学位授与の要件	学位規則第4条第2項該当
審 査 研 究 科	人間総合科学研究科
学位論文題目	「けのび」の指導法に関する実証的研究

主 査	筑波大学教授	博士（工学）	浅井 武
副 査	筑波大学教授	博士（コーチング学）	渡辺 良夫
副 査	筑波大学教授	博士（コーチング学）	會田 宏
副 査	筑波大学教授	博士（工学）	高木 英樹
副 査	筑波大学教授	博士（教育学）	木内 敦詞

論文の内容の要旨

中島きよ氏の博士学位論文は、水泳初心者を対象として「けのび」動作を習得する際、いかなる指導方法が有効であるのかを実証的に検討したものである。その要旨は以下の通りである。

第1章では、著者は本論文の研究背景として、国内外における水泳指導方法に関する歴史的変遷や学校やスイミングクラブ等で行われている水泳指導法の現状をまとめるとともに、その中で「けのび」がどう位置づけられてきたのか、さらには「けのび」指導法に関する課題や問題点について、指導書や先行研究に基づいて整理している。そして、これらの背景を踏まえて、本論文全体の目的は、「けのび」動作の準備局面における姿勢変換に着目し、到達距離を伸長させるための効果的な指導法を検討することであると述べている。本目的を達成するために、著者は次の2つの研究課題を設定し、それぞれ2章、および3章において議論している。

第2章では、壁に着壁するまでの姿勢変換に着目して、2つの異なる「けのび」指導方法による学習効果を比較検討している。1つ目は、自ら浮いたり潜ったりしながら、水中で自在に姿勢変化を行えるようプログラムされた「自律的姿勢変換指導法」であり、筆者が独自に体系化したものである。2つ目は、ビート板などの補助具を用いて姿勢変換を補助する「補助具指導法」で、従来よりスイミングクラブ等で行われてきた指導法であった。対象者は、体育系専門学校に在籍する水

泳未熟練者18名で、介入前の「けのび」の能力が同等となるよう2群に分け、先の2つの指導法による3回の介入指導を行い、それぞれの指導法に関する学習効果について比較検討を行っている。結果として、両指導法とも介入前後で「けのび」到達距離は有意に伸長し、各指導法の有効性が確認されたが、初心者が陥りやすい「つまずき」を回避するためには、「自律的姿勢変換指導法」が優位であると述べている。

第3章では、「自律的姿勢変換指導法」を用いて長期の介入指導を行った際の「けのび」到達距離や動作の変容、さらには内省的变化について縦断的に検討している。対象者は、体育系専門学校に所属する水泳未熟練者14名で、13回に渡って「自律的姿勢変換指導法」による指導を受け、初回、5回、10回、13回目の指導後に測定を行い、データの収集を行っている。結果として、「けのび」到達距離は漸進的に伸長したが、その原因として壁を蹴る際の力積の増加を示唆している。また動作の変容や内省の変化については、回を追う毎に姿勢変換がスムーズに行え、力強く壁が蹴れるようになったプロセスが外的、内的評価から客観的に検証されている。

最後に第4章では、第2・3章の議論を踏まえて、総合的に「けのび」指導を行う際、学習効果を高める方法について議論している。結論として、「けのび」の指導法に関しては、これまで十分体系化されていなかったが、本論文を通して、壁に着壁するまでの準備局面に注意を払い、段階的に姿勢変換、着壁、低抵抗姿勢保持、壁蹴り等の動作を習得することの重要性が明らかになり、今後「自律的姿勢変換指導法」をさらに発展させていく必要性について言及している。

審査の結果の要旨

本論文は、これまで学術的研究の対象となりにくかった「けのび」動作に焦点をあて、それを指導する際の効果的な指導方法を提案し、その学習効果について、多角的に評価（バイオメカニクスの評価、質的评价、内省的評価）を試みた研究である。これまで「けのび」動作に関しては、バイオメカニクスの分析した例が多く報告されているが、動作の質的変容や学習者の運動感覚の変化についても同時に分析を試みた報告はなく、非常にオリジナリティが高い研究といえる。

また本論文を通して提案された「けのび」動作の指導方法は、初心者が陥りやすい「つまずき」を回避するために有効である事が実証され、今後指導現場における活用が期待され、コーチング学分野における実践的研究として高く評価できる。

平成30年4月11日、学位論文審査委員会において、審査委員全員出席のもと論文について説明を求め、関連事項について質疑応答を行った。その結果、審査委員全員が合格と判定した。

よって、著者は博士（学術）の学位を受けるのに十分な資格を有するものと認める。

なお、学力の確認は、人間総合科学研究科学学位論文審査等実施細則第11条を適用し免除とした。